

Herbst Winter Kurs Qi Gong

Name d. Dozentin Praxis	Annett Nitschke Praxis für Traditionelle Chinesische Medizin & Aromatherapie
Anschrift Telefon E-Mail Homepage	Kirchgässle 4 72285 Pfalzgrafenweiler 07445/85 92 41 nitschke.annett@googlemail.com http://www.annett-nitschke.de/
Thema / Angebot	Gesundheit / Wohlfühl- und Kräftigungsübungen Qi Gong
Textvorschlag	<p>Gesundheit steht im Mittelpunkt mit Qi Gong, eine wichtige Säule der Traditionellen Chinesischen Medizin.</p> <p>Das chinesische Wort „Qi“ wird frei übersetzt mit „Atem“, „Luft“, „Energie“ und steht für Aktivität des Organismus und damit für Leben.</p> <p>„Gong“ bedeutet „Arbeit“, „Ausdauer“, „Üben“ oder „Können“, also zum Verständnis „Arbeit mit Energie“</p> <p>Qi Gong Übungen regen die Energie Bereitstellung im Körper an, verbessern den Energiefluss und helfen Prozesse im Körper zur Energiegewinnung zu gestalten.</p> <p>So dass unsere Organsysteme, wie Atmung, Verdauung, der Bewegungsapparat u.a. im Körper unterstützt werden und für ein positives, gesundes Lebensgefühl sorgen.</p> <p>Dieses wunderschöne Bewegungskonzept schafft eine innere Harmonie für Körper, Geist und Seele.</p> <p>Warme Socken oder Matte mitbringen</p>
Termin weitere Termine	19.09. - 14.10.2021 28.10. - 09.12.2021 (davon Pause in KW 44, 46, 47) 13.01. - 10.02.2022
Uhrzeit	8.30 Uhr – 9.30 Uhr
Wie oft?	5x morgens, jeden Donnerstag
Kosten	58,00 € bitte bei Anmeldung überweisen, nur so wird die Anmeldung wirksam auf folgendes Konto Annett Nitschke IBAN DE60 6425 1060 0013 3763 50
Treffpunkt /Ort	Herzogsweiler Bürgerhaus, Herzogstr.25 72285 Pfalzgrafenweiler